După confruntările internaţionale din 1966 ale tinerilor luptători

PUNCTE DE VEDERE

La orizont J. O. din MEXIC

Confruntările internaţionale din 1966 ale tinerilor noştri luptători — turneele „Speranţelor olimpice" şi „Panglica albastră", intilnirile bilaterale cu echipele reprezentative de juniori ale R.F. Germane şi R.S.S. Bieloruse etc. — au prilejuit o serie de concluzii îmbucurătoare. Evoluţia acestor luptători a fost în multe cazuri promiţătoare. Mulţi dintre tineri au dovedit o bună orientare şi o mare labilitate tactică, au trecut cu uşurinţă de la atac la apărarea oportună sau la contraatac, au folosit execuţii tehnice bine pregătite, îndeosebi dezechilibrările şi mişcările înşelătoare executate în mare viteză şi cu multă forţă.

O caracteristică generală pentru actualele formaţii de juniori şi tineret din ţările unde luptele cunosc o mare dezvoltare o constituie multilateralitatea pregătirii lor. Nu mai predomină, ca în trecut, un anumit factor de antrenament, ci se face remarcată o pregătire armonioasă şi completă. Din acest punct de vedere remarcăm pe tinerii noştri luptători **N. Neguţ, Gh. Gheorghe, I. Enache, O. Tache, N. Dumitru, D. Tindeche** ş.a. care ne dau speranţe pentru competiţiile viitoare de amploare.

La concursurile de anul trecut a fost reliefată pregnant orientarea multor sportivi spre anumite grupe de procedee, pe „şcoli de lupte" am putea spune, sau influenţe ale acestora. Astfel, luptătorii sovietici execută la „greco-romane" aruncările peste spate şi şold şi contraprocedeele direct realizate fără momente de apărare, iar la „libere" răsturnări cu prinderea braţelor şi a coapsei şi intrările la coapse cu capul înăuntru. Luptătorii bulgari execută cu precădere aruncările peste şold şi piept şi trecerile la spate la „greco-romane" iar la „libere" atacul coapsei cu capul în afară, combinat cu ridicarea coapsei sau trecerile la spate. După cum este cunoscut, în aceste două ţări sportul luptelor cunoaşte o mare dezvoltare, el situîndu-se, de altfel, pe primul plan în ierarhia mondială.

Luptătorii noştri de la „greco-romane" folosesc aruncările peste spate şi şold, trecerile la spate şi şuruburi iar la „libere" atacul coapsei, răsturnările cu apucarea braţului şi a coapsei şi fixările cu ajutorul cosirilor sau agăţărilor. Aşadar „şcoala noastră" are multe elemente asemănătoare cu cele mai înaintate şcoli, ceea ce dovedeşte că orientarea Colegiului central de antrenori corespunde cerinţelor luptei moderne.

Execuţiile statice, din forţă, „armele de bază" ale luptătorilor nordici, folosite pînă nu de mult pe podiumurile internaţionale, au fost înlocuite cu execuţii de mişcare, precedate de dezechilibrări şi mişcări înşelătoare. Pentru îmbunătăţirea eficacităţii, îndeosebi la „greco-romane", s-a pus accentul pe lupta din picioare în dauna celei de la parter, deoarece la acest stil se realizează destul de anevoios acţiunile de la parter, existînd foarte multe procedee specializate de apărare. La „libere" posibilităţile de finalizare în lupta de la parter sînt însă avantajate de numeroasele variante ce se pot realiza cu ajutorul „cheilor" la picior.

Punctele tehnice, atît la „greco-romane" cît şi la „libere", au fost realizate de cele mai multe ori prin executarea unor procedee simple dar cu maximum de eficacitate. În urma statisticii pe care am întocmit-o, dăm mai jos procedeele tehnice cele mai des executate :

La „greco-romane" : aruncările peste spate şi şold, trecerile la spate pe sub axilă sau cu tracţiune de braţ, şurubul şi mai puţin aruncările peste piept, iar la parter, rostogolirile cu centură laterală sau cu „cheie" la braţ sau la cap.

La „libere" : atacul coapsei cu capul în interior şi exterior, intrarea la coapse, trecerea la spate pe sub axială şi prin tracţiune cu agăţare sau cosire, răsturnări cu apucarea braţelor, coapsei, aruncările peste şold cu piedică (contre la atacul coapsei). De la „parter" ridicările cu răsturnare (rebururi), agăţarea piciorului opus şi rostogolirile cu „cheie".

Au ieşit în evidenţă folosirea unor combinaţii tehnico-tactice în general individualizate şi bine definite. Astfel, din prizele preferate au fost studiate şi utilizate doar două-trei procedee tehnice cu variantele lor, cu uşurinţă de execuţie din orice poziţie. S-a mai observat, de asemenea, că ritmul şi tempo-ul luptei nu au aceeaşi valoare pe întreg parcursul reprizelor. Ele sînt modelate în funcţie de raportul avantajului tehnic creat şi de sarcina tactică trasată pentru fiecare confruntare. Deci, tempo-ul luptei a fost înţeles ca un principal element tactic. În urma concursurilor la care am participat s-a constatat că tinerii noştri luptători sînt la acelaşi nivel cu cei mai buni sportivi din Europa, privind :

— pregătirea pentru luptă — rezistenţă, ritm, tempou ;

— cunoaşterea şi stăpînirea procedeelor eficace ;

— execuţii explozive ale procedeelor sub formă de combinaţii ;

— probleme generale de orientare tactică (luptă la marginea saltelei, blocări de segmente, folosirea contraprocedeelor etc).

Sportivii noştri mai au însă serios de lucrat la următoarele capitole :

— dezvoltarea fizică şi forţa specifică ;

— folosirea dezechilibrărilor şi înlănţuirea lor cu executarea procedeelor eficace ;

— combinarea procedeelor cu variantele lor şi cu posibilitatea de execuţii bilaterale ;

— gîndirea tactică de moment, deci spontaneitatea tactică (rezolvări tactice în timp util).

Pentru creşterea valorică a luptătorilor noştri, în scopul asigurării înlocuirii la timpul oportun a actualilor componenţi ai loturilor de seniori la viitoarele confruntări mondiale, în urma analizei făcute trebuie reţinute, după părerea noastră, următoarele elemente :

— pregătirea simultană a tuturor calităţilor fizice în cadrul procesului de antrenament, punîndu-se accentul pe dezvoltarea armonioasă a musculaturii şi totodată îmbunătăţirea forţei explozive ;

— o şi mai mare îndemînare şi o îmbunătăţire a orientării în timpul mişcării, folosindu-se exerciţii de înaltă coordonare care să oblige la gîndire chiar în timpul execuţiei (exerciţii, complexe de exerciţii de echilibru, acrobatice, de deplasare pe trasee impuse etc) ;

— aprecierea şi precizarea unor procedee eficace pentru individualizare, în funcţie de particularităţile şi preferinţele sportivului ;

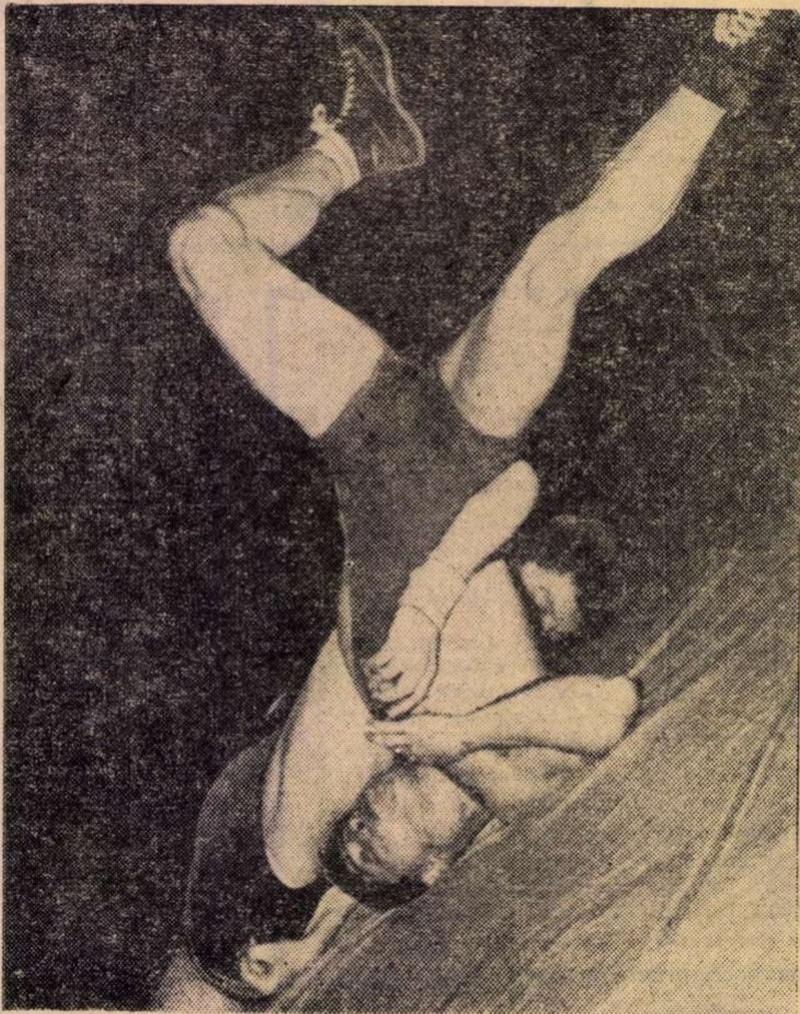
— studierea variantelor procedeelor preferate şi asamblarea lor în condiţii tehnico-tactice simple şi eficace, în funcţie de replicile tactice date de partener sau adversar. Pentru aceasta, lucrul cu manechinul, absolut necesar în învăţarea, corectarea şi perfecţionarea procedeelor, va fi completat cu exerciţii cu parteneri, care vor contribui la corelarea şi consolidarea procedeelor pe variante şi părţi de execuţie sub formă de combinaţii ;

— gruparea în cadrul repetărilor a procedeelor cu prize iniţiale comune, dar cu direcţii de execuţie şi cu structuri biomecanice antagonice (aruncările peste piept cu ruperile, cosirile cu răsturnările, cuprinderea braţului şi a coapsei etc) ;

— perfecţionarea contraatacurilor directe la „greco-romane" şi a contraatacurilor după apărare la „libere" şi înlănţuirea atacului sub forma atacurilor succesive ;

— obişnuirea cu aplicarea şi respectarea unor teme tactice simple, dinainte precizate şi cu rezolvări oportune ale unor situaţii de luptă, prin adoptarea celor mai bune „răspunsuri" tactice ;

— obişnuirea cu susţinerea luptei „tari" şi cu declanşarea violentă a atacului fără reţineri sau menajamente.



Iată finalizarea unui procedeu cu deosebită eficacitate : aruncarea peste şold din lateral
Foto : T. Roibu

Aşadar, confruntările internaţionale din anul trecut au constituit un bun schimb de experienţă. Oportunitatea lor se reflectă şi în faptul că anul acesta, pentru prima dată, tinerii noştri, atît cei de la „greco-romane" cît şi cei de la „libere", vor participa la campionatele mondiale rezervate lor.

prof. **VICTOR DONA**, antrenor

DINAMO BUCUREŞTI—STEAUA 20-11 ÎN „CUPA F.R.H."

BUCUREŞTI. — În cel mai important meci masculin al ultimei etape din „Cupa F.R.H." s-au întîlnit formaţiile *Dinamo* şi *Steaua*. Deşi lipsite de mulţi dintre jucătorii de bază, ambele echipe au furnizat o întrecere plăcută, de un bun nivel tehnic. Dinamoviştii, mai omogeni, şi-au asigurat din prima repriză un avantaj de 4 goluri şi au cîştigat pînă la urmă cu scorul de 20—11 (9—5). O altă partidă masculină interesantă a opus echipele *Rapid* şi *Politehnica*. Feroviarii au cîştigat mult mai uşor decît arată scorul de 22—19 (9—8), studenţii refăcînd în mod simţitor din handicap în ultimele minute.

Alte rezultate : I.S.E.—Voinţa (f) 12—10 (7—5) ; Confecţia—I.C.F. (f) 11—8 (4—4) ; Voinţa—Unirea (m) 11—11 (5—5) ; Universitatea—Rafinăria Teleajen (m) 30—17 (17—8). *(M. Ghioldus—coresp.)*.

SIBIU. — Au luat sfîrşit întrecerile din cadrul *„Cupei Sportul popular"*. Iată clasamentele finale : JUNIORI : 1. Şcoala sportivă I 18 p, (186—81), 2. A.S.A. Sibiu 18 p (161—102), 3. Şcoala sportivă II 11 p ; JUNIOARE : 1. Şcoala sportivă I 20 p, 2. Şcoala sportivă III 14 p, 3. C.S.M. Sibiu 12 p. *(I. Ionescu — coresp.)*.

GALAŢI. — Ultimele rezultate din *„Cupa Sportul popular"* : Liceul nr. 7—Liceul nr. 2 (m) 18—15 ; Liceul nr. 1—Liceul nr. 3 (m) 26—20 ; Oţelul—Liceul nr. 5 (m) 25—20 ; Liceul nr. 3— Liceul nr. 2 (f) 9—7; Liceul nr. 5—Liceul nr. 3 (m) 15—10 ; Oţelul—Liceul nr. 2 (m) 17—15 ; Liceul nr. 5—Liceul nr. 7 (f) 6—2 ; Liceul nr. 2—Liceul economic (f) 9—1 *(S. Constantinescu şi Gh. Arsenie — coresp.)*.

Adunările generale de dări de seamă şi alegeri

(Urmare din pag. 1)

de la „Cetatea" Giurgiu au făcut noi paşi pe drumul activităţii de performanţă. Cîteva exemple edificatoare :

Din rîndul aeromodeliştilor, de pildă, face parte sportivul **N. Băcilă**, campion republican în 1966. El şi-a îndeplinit cu acest prilej cea de a doua normă de maestru al sportului. De notat că la „Cetatea" Giurgiu mai activează doi aeromodelişti fruntaşi, **Mircea Busuioc** şi **Francisc Antoşi**, maeştri ai sportului, care împreună cu Băncilă fac parte din lotul republican.

La tir, asociaţia „Cetatea" Giurgiu numără de asemenea sportivi de perspectivă, cum sînt **Tudora Cristea** (armă standard 3x20), componentă a lotului republican de tineret şi **Romeo Stănescu** (aceeaşi armă) membru al lotului republican de juniori. O altă sportivă, **Angela Sgorobete**, maestră a sportului, activează în prezent ca instructoare de tir, ajutîndu-l pe antrenorul **Dumitru Şoricel**.

O activitate remarcabilă au desfăşurat şi alte secţii pe ramură de sport. Cea de popice, spre exemplu, a obţinut prin **Elena Vonica** şi **Steliana Chica** locul 2 la „perechi", în cadrul campionatelor republicane. Ambele sportive sînt şi componente ale lotului reprezentativ de tineret. În fine, la volei, echipa de băieţi, cîştigătoare a campionatului regional în 1966 promite să repete performanţa şi în acest an.

După exemplul secţiilor amintite mai sus, şi altele se străduiesc să se afirme, să iasă în evidenţă pe plan regional. Iată cazul şahiştilor, al lui **Stan Bone**, în special, campion al regiunii Bucureşti şi cîştigător la marele maestru internaţional Florin Gheorghiu, într-un concurs organizat de ziarul „Steagul roşu". Echipa masculină de tenis de masă a terminat şi ea pe primul loc în campionatul regional, iar cea feminină pe locul 2, la fel ca şi „7"-le de handbal fete (după primul an de activitate competiţională oficială).

Ce a favorizat toate aceste rezultate ? În primul rînd activitatea entuziastă a birourilor de secţii, dar şi a sportivilor, instructorilor sportivi, a antrenorilor. La „Cetatea" Giurgiu munca însufleţită, avîntată, se află permanent la ordinea zilei. Apoi, condiţiile materiale existente aici : un adevărat complex sportiv (terenuri de volei, baschet, tenis de cîmp, handbal, arenă de popice — cu două culoare — sală pentru şah şi tenis de masă, poligon). Complexul sportiv este opera întregului colectiv, al membrilor UCFS, care an de an i-au adus completări, îmbunătăţiri. Chiar şi anul trecut au fost realizate unele retuşuri importante : dublarea numărului de paturi la poligon (de la 3 la 6), refacerea instalaţiei de nocturnă, reamenajarea pistelor de popice, a instalaţiei de încălzire etc.

Sprijinit din toată inima de conducerea întreprinderii (prin **ing. G. Tudoran**), consiliul asociaţiei sportive „Cetatea" Giurgiu (preşedinte, **Iulian Petrescu**, secretar, **I. Ciocan**) promite să realizeze şi în acest an noi paşi însemnaţi în activitatea sportivă de performanţă. Dragostea de sport, însufleţirea care caracterizează marea masă a membrilor UCFS din această asociaţie, iată indicii care ne fac să anticipăm reuşita...

Cît mai multe competiţii!

Adunarea generală de dare de seamă şi alegeri care a avut loc zilele trecute la asociaţia sportivă a Liceului „I. L. Caragiale" din Capitală a analizat multilateral problemele activităţii sportive de masă şi de performanţă, a trasat jaloanele activităţii viitoare.

Atît în darea de seamă — prezentată de **prof. Camil Morţun**, secretarul asociaţiei sportive — cît şi în discuţii, s-a pus un accent deosebit pe îmbogăţirea calendarului competiţional şi, îndeosebi, pe buna organizare şi lărgirea campionatului asociaţiei sportive. În anul 1966 au avut loc întreceri pentru desemnarea campionilor liceului la atletism (400 de participanţi), baschet (20 de echipe de băieţi şi 20 de fete), handbal în 7 (20 de echipe de băieţi şi 10 de fete) şi fotbal (32 de echipe). Buna organizare a competiţiilor, la care şi-au adus contribuţia birourile secţiilor pe ramură de sport şi profesorii de educaţie fizică, s-a oglindit şi în creşterea rezultatelor sportive ale liceului.

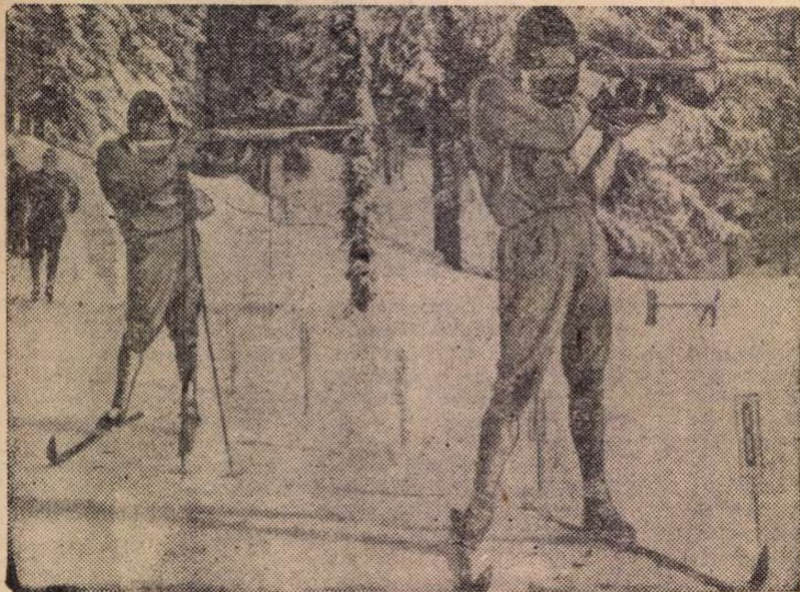
Pornind de la aceste premise, participanţii la adunare — printre care şi elevii **Bogdan Nedelcu, Adrian Alecu, Florina Negruţu** şi **Sever Roxin** — au subliniat necesitatea măririi numărului de ramuri sportive la care se organizează campionatul asociaţiei, precum şi pregătirii unui număr sporit de echipe şi sportivi care să participe la aceste competiţii. Profesorii de educaţie fizică şi reprezentanţii direcţiunii liceului au susţinut şi ei această propunere. Ca urmare, în hotărîrea adunării generale a fost prevăzută organizarea în acest an a campionatelor asociaţiei şi la tir, gimnastică, şah şi tenis de masă. În acest fel, numărul întrecerilor sportive la care vor participa elevii Liceului „I. L. Caragiale" în anul 1967 va fi serios mărit.

V. POMPILIU



CUM SE DESFĂŞOARĂ UN CONCURS DE BIATLON

Se trage la poziţia în picioare. După cum se vede, este interzis orice sprijin. Patului armei nu trebuie să i se dea o formă specială sau să fie prelungit pentru a se obţine un sprijin mai bun



Vineri şi duminică se va disputa la Predeal concursul internaţional de biatlon la care iau parte reprezentativele U.R.S.S., R. D. Germane, Franţei şi României.

Proba individuală se desfăşoară pe un traseu de 20 km, cu 4 trageri a cîte 5 focuri între km 4 şi 18 (se trage în poziţiile culcat, în picioare, culcat şi din nou în picioare). Distanţa de tragere : 150 m ; forma ţintelor : o ţintă circulară neagră cu diametrul de 25 cm, avînd un cerc interior cu diametrul de 12,5 cm pentru poziţia culcat, o ţintă circulară cu diametrul 50 cm şi cu un cerc interior de 35 cm pentru poziţia în picioare. Penalizări : 1 minut pentru atingerea cercului exterior, 2 minute pentru ratarea unui foc. Traseul trebuie să aibă o diferenţă maximă de nivel de 200 m.

La ştafeta 4 x 7,5 km, diferenţa maximă între punctul cel mai de jos şi punctul cel mai de sus al traseului este de 300 m. Schimburile se fac pe o porţiune de 30 m. Tragerile se efectuează la km 2,5 (poziţia culcat, în 5 baloane cu diametrul 12,5 cm) şi la km 5 (în picioare, în 5 baloane cu diametrul 30 cm). Distanţa : 150 m. La fiecare poziţie, concurentul are la dispoziţie 8 cartuşe (deci 3 de rezervă). Pentru fiecare balon rămas nespart, concurentul este penalizat cu parcurgerea unei ture de 200 m (aproximativ 30-40 de secunde) marcată în imediata apropiere a poligonului.

Atît la proba individuală, cît şi la ştafetă, concurenţii pot folosi o singură pereche de schiuri şi o singură armă şi pot înlocui un singur schi, dacă se rupe. În orice caz, ei sînt obligaţi să treacă linia de sosire cu cel puţin un schiu în picioare.